

## ممتاز القط

نهارك سعيد

## تست اهلی !

حصلت امرأة من ولاية  
إلينوي الأمريكية على  
تعويض بقيمة ١١،٥  
مليون دولار بعدما  
فسدت جنينها وجزءاً من  
مغائها الدقيقة بسبب  
إهمال الذي تعرضت له  
في أحد المستشفيات وهو

## صغيرة على الخافضة!

في واقعة فريدة من نوعها وضعت صغيرة إسبانية ١٠ أعوام، طفلًا في جنوب إسبانيا. ووفقًا لما ذكرته السلطات الإسبانية فإن الفتاة وولدها في حالة جيدة واستطاعا مغادرة المستشفى. وبالإضافة إلى الأم الطفلة فإن والد الطفل الوليد أيضا قاصر وزين الولد ٢,٩ كيلو جرام.

وقالت صحيفة «دياريو دي خيرين» الإسبانية المدعيرة ان مكتب الشؤون الاجتماعية الذي ألغى المستشفى بالواقعة يدري في الوقت الراهن ما إذا كان الوليد وأمه الطفلة سيقانان الرعاية المناسبة لدى أسرة الأم.

قول له إوعى  
سبب «الحوش».

■ مـرات  
المكوجي» تفرد  
رق الكـرنب  
المكوة».

■ ان يوصف  
عب الهوكى بأنه  
قديم الرأى لأنه  
ييمسك العصاية  
من النص».

■ «مشرف  
لواقف» يحب  
لكارثة»  
■ ابن «الفكهان»

سيعب في «التيني».  
■ في عيد ميلاد  
ميكانيكي  
سيارات» يحطوا  
في التورته  
وجبهات».

في واقعة فريدة من نوعها وضعت صغيرة إسبانية (١٠ أعوام) طفلًا في جنوب إسبانيا ، ووفقًا لما ذكرته السلطات الإسبانية فإن الفتاة ووليدها في حالة جيدة واستطاعا مغادرة المستشفى.

وبالإضافة إلى الأم الطفلة فإن والد الطفل الوليد قاصر ويزن الوليد ٢,٩ كيلو جرام.

تحت ملاحظة (مباريو دي خيرين، الإسبانية المحللة ان مكتب الشؤون الاجتماعية الذي أبلغه المستشفى بالواقعة يدرس في الوقت الراهن ما إذا كان الوليد وأمهُ الطفلة سيليقيان الرعاية المناسبة له أم لا).

أسرة الأم.

## يابخت الفقراء

هو من يقل دخله عن ٦٠٪ من متوسط دخل المواطن الإسباني.. ومتوسط دخل المواطن الإسباني حسب رأى «الحكومة» الإسبانية طبعاً. نحو ٢٥ ألفاً و٧٣٢ يورو سنوياً خلال ٢٠٠٩.. مسجلاً بذلك انخفاضاً نسبة أكثر من ٢٪ من ٢٠٠٨

## التوك توك.. يهدد الحمار!

يواجه الحمار في غزة تراجعاً في شعبيته بعد أن كان على مدى عقدين وسيلة المواصلات المعتمد عليها بسبب عجز الوقود، أهل غزة بدأوا يعتمدون على التوك توك خاصة بعد انخفاض أسعار الوقود.. وتم تهريب الآلاف من عربات التوك توك صنيعة الصنع إلى غزة .

بلدياتنا وياباني وامريكي عرضوه على جهاز كشف الكذب.. الياباني: احنا بنفكر نعمل انسان الى ونستغنى عن البشر.. الجهاز صفر.

الامريكي: احنا بنفكر نطلع المريح ونعمل مستوطنات الجهاز صفر.

صاحبنا: انا بنفكر ولسه ما كملش الجهاز صفر.



# صوتك لحمافي

أدخل على هذا اللينك وادى صوتك لحمافي .. شعار جمهور محمد حمافي على الفيس بوك هذه الأيام بعد أن تم ترشيحه لحائزة (ام تي في) الغنائية كأفضل مطرب في الشرق الأوسط. التصويت لصالح حمافي ارتفعت نسبته مؤخراً خاصة وأن جمهور حمافي مصر على منحة تلك الحائزة الجماهيرية التي ستعلن نتيجتها خلال الأيام القادمة.

محمد حمافي ابدى سعاده بتفاعل جمهوره معه ومساندته في هذا الاستفتاء خاصة وأن المرشح اللبناني جوزيف عطية والذي يناقش حمافي بلقى دعماً اعلامياً شديداً من القنوات والصحف اللبنانية.

## الدعوة مش عامة!

ماحدث يزعل منى .. عبارة تسبق اى لقاء بين سامح حسين وزملائه بالوسط الفني بعد ان اقام حفل زفافه (على الضيق) واقتصرت الدعوات على اصدقائه المقربين.



سامح والذي يقضى حالياً شهر الغسل لم يدع اياً من الاعلاميين أو كاميرات الصحافة الى حفل زفافه لأنه وكما قال كان يريد ان يحتفل بهذه المناسبة براحة وان يشاركه فيها اصدقائه المقربين وعائلته وعائلة العروس فقط كما انه لا يحب ظهور زوجته في وسائل الاعلام.

## تليفون سيرين



بالصدفة اكتشفنا سيرين وهي تسرق بعض الدقائق من حين لآخر للحديث في الهاتف خلال إحدى المناسبات. سيرين كانت حريصة على سرية المكالمات وظهرت عليها

علامات السعادة والابتسامات .. سالنا سيرين: بتكلمى مين؟ فكانت الاجابة .. بالطبع جوزى .. سيرين متزوجة منذ فترة طويلة ولم تشب علاقتها بزوجها اية شائعات بعكس كثير من الفنانات .. سيرين طوال رحلتها تبقى على اتصال شبه دائم بزوجها وتطمئنه على احوالها بينما يحرس هو على السفر معها اذا أتحت له فرصة لذلك.

■ امنيه يحيى

## صلاح سميرة سعيد وحلمى بكر

هل تتذكر سميرة سعيد آخر مرة سمعت فيها صوت حلمى بكر عبر الهاتف؟ بالطبع نعم وتحديداً الأسبوع الماضى حيث تصالح حلمى وسميره بعد خصام دام لأكثر من اربع سنوات.. حلمى وسميرة اتفقا على التعاون فى

عمل جديد وبدأ فى تحضير لحن لها ستضمه لاليومها القادم واتفق الطرفان على فتح صفحة جديدة.

قصة خصام بكر وسميره سببها أغنية (ماقوليلش) التي كان من المفترض أن تغنيها سميرة ولكنها طلبت من بكر أن تختار هي الموزع الموسيقى للأغنية فقرر بكر تغيير المطربة واهدى الأغنية لاصالة نصرى .

الطريف ان حلمى بكر دخل حالياً فى معركة عنيفة مع اصالة بسبب قيامها بغناء هذه الأغنية مع فريق وسط البلد وغبرت جمل فى اللحن والتوزيع دون ان تعود بكر وهو ما أغضبه ودفعه لشكواها فى نقابة الموسيقيين.



## بلياردو هنيدى

محمد هنيدى من عشاق البلياردو ولكن لكل شيخ طريقة وهنيدى له طريقة خاصة جداً فى لعب البلياردو حيث قفز على طاولة اللعب ليصل الى كرة بعيدة جداً عنه. هنيدى يمارس البلياردو من حين لآخر مع اصدقائه والمعروف عنه انه لاعب حريف فى تلك اللعبة ويشاركه دائماً مباريات البلياردو اشرف عبد الباقي اقرب اصدقائه.



## الأسطى دينا



هل تتجه دينا لتدريس الرقص الفكرة واردة طبعاً خاصة وان فى عيده سبقتها اليها ولكن دينا ستطير هذا الأسبوع الى باريس للمشاركة فى مهرجان الرقص الشرقى والقاء دروس وتدريبات فى الرقص لعدد كبير من الفتيات والراقصات المبتدئات. دينا أكدت لبعض اصدقائها انها تعتزم افتتاح مدرسة لتعليم الرقص فى اوروبيا خاصة وان الاقبال كبير من الاوروبيات على تعلم هذا الفن (الراقص).



# الجرينى: شعرى وأنا حرفيه

دائماً .. مش معنى ان شعرى طويل ومنكوش اننى لا اذهب للحلاق لأنه لايد من توضيبه وتهذيبه ليظل بهذا الشكل. لو عروستك طلبت منك تحلق شعرك هتقولها ايه؟ هقولها شعرى وأنا حر فيه .. لو بتحبينى خدينى بشعرى !

شعرك ساهم فى شهرتك؟ بالطبع فجانب الصوت والموهبه لايد من الشكل ومن حسن حظى انى ظهرت بشكل يلفت الانظار .. صحيح الناس استغربت فى البداية ولكنهم اعتادوا على بهذا الشكل. فاكّر آخر مرة زرت الحلاق؟

عبيده .. بتربى شعرك من كام سنة تقريباً؟ من زمان .. لغاية دلوقتى اربع سنين تقريباً ..وما سر هذه التقلية؟ مش تقليعه ولكنها موضه ولايقه عليا واعتبرها حرية شخصية

عبدالفتاح الجرينى .. صوت رائع قادم من المغرب ولكن سر شهرة الجرينى منذ وصوله القاهرة لم يكن فى اغنياته المتميزة فقط بل فى شعره المنكوش .. سالنا الجرينى .. امتى هتحلق شعرك؟ والرد فى السطور القادمة .

عبدالفتاح الجرينى .. صوت رائع قادم من المغرب ولكن سر شهرة الجرينى منذ وصوله القاهرة لم يكن فى اغنياته المتميزة فقط بل فى شعره المنكوش .. سالنا الجرينى .. امتى هتحلق شعرك؟ والرد فى السطور القادمة .

## منى وأحمد .. لقاء مؤجل

منى زكى واحمد حلمى فى مسلسل تليفزيونى رمضان القادم .. خبر انتشر مؤخراً ولكن لاتصدق لان المسلسل تم تاجيله الى رمضان ٢٠١٢ بسبب ارتباطات احمد ومنى الفنية وايضا لعدم انتهاء تامر من كتابة حلقات المسلسل حتى الان. تامر كتب بعض



وهو تصور جديد لفكرة هو وهى التي قدمها احمد زكى وسعاد حسنى منذ ثلاثين عاماً ولكن التجربة الجديدة ستحمل روح العصر ودماع حلمى ومنى وتامر حبيب.. فهل نتجج الفكرة؟

## صادق



محمد فؤاد تلقى عرضاً من قناة فضائية لتقديم برنامج يتناول مشوار حياته مقابل مليونى دولار.. فؤاد مازال يفكر

وفكر حتى يتحول البرنامج الى مسلسل تليفزيونى فى نهاية الامر

## لاتصدق



هيفاء وهبى اتفقت على تقديم فوازير رمضان العام القادم مع قناة فضائية .. الفكرة مؤجلة منذ فترة طويلة جداً وكان

من المفترض ان تقدم هيفاء الفوازير العام الماضى ولكن ميريام فارس سبقتها.

## آلام الفخرانى

اعزبنى .. رجلى وجعانى .. عبارة قد تسمعها من النجم يحيى الفخرانى اذا ماقابلته ووقفت لتتحدث معه هذه الأيام.

الفخرانى يعاني من الام شديدة فى ساقه بسبب سقوطه اثناء تصوير أحد مشاهد مسلسله الأخير شيخ العرب همام ورغم زيارته للطبيب وبيده جلسات العلاج الطبيعي الا ان الام مازالت تطارده. الفخرانى اضطر للبقاء فى غرفته خلال رحلته الأخيرة الى الاردن لاستلام جائزة الجوردن اوورد ولم يظهر الا خلال الحفل ليستلم الجائزة وغادر سريعاً لعدم قدرته على الوقوف لفترات طويلة.









لصاحبه المعلم :  
محمد عمر



## «أيام المعزة»

لم أكن  
اتصور  
يوما أن  
كلمة  
شخصية  
للعيل.. أو خللى  
حماده ليلعب..أو  
حتى برجالتك



تجلس عليه:  
دينا ريان

مقهى  
الستات

## برجالتك.. تكلف المليارات!!

شخصية للليل .. بمليار !!  
يا أهل وستات المقهى الكرام هيا بنا نوفر  
المليارات عن طريق ترشيح الاستهلاك!!  
وقف الجمع النسائي ومن بينهم ستات  
الكويت الانتخابية اللاتي بلا فخر يبحثن عن  
برامج غير تقليدية ليبدلن بها الانتخابات  
ويبدلن بها على الرجال لتتبدلها «دخلة بفتح  
الدال» عزيز مقترن..وقفن وقفة امرأة واحدة  
من «صهر» رجل ومن رحم بت جدعة بسمعن  
تلك الدعوة الانتخابية بالنسبة للجنس  
النسائي الذى لا يقاوم شرارة الاستهلاك  
وإيمان الشراء المتوارث من جده الجدات حتى  
البت آمال الماملة:  
الانتخابات.. أمسكت الميكروفون وبالصوت  
الحسانى قالت:  
هل تعلمن أن كلمة شخصية للليل ..  
وداء خللى حماده ليلعب  
وبرجالتك برجالتك..  
كلفنا المليارات!!  
بالهوى.. يا خراب بيتك ياكر ياكو مليارات  
ابه ياخلى تقى من بفك!! هكذا تبرعت المعلمة  
سماسم بالتعليق على كلامي..ولكننى لم  
أتوانى وأكملت مؤدبة:  
نعم ففى أحدث إحصائية قراتها فى  
الجراديل تقول أن ٣٥ مليار جنيه يتم صرفهم  
من جنوب المصريين سنويا على المجاملات ..  
وده لئه باستات! قال إيه لآنا شعب بسلامته  
وطبيعته مجامل:  
والمجاملات دى طبعه تشمل مناسبات اعياد  
العيد وحفلات السبوع والزفاف.. أى فى  
شراء الكافولة وتبادل الشخصية كل ده

عشان حمادة ليلعب!!  
طيب إن شاء الله عنه ما لعب.. مايلعب  
بطوتين ويزال حجرين..  
ياستات وإذا كانت تلك المليارات على  
اللعب والهدايا والفخشة مانوفرها خاصة  
أن معظمها أن لم تكن كلها مستوردة من  
الشقيقة الصين:  
وجاء دور بكيزة هانم بفرفقتها للتعليق  
وقالت:  
أوووه مون ديو... إيتس ترو  
بمعنى اه ياربى..تلك حقيقة..  
بنيت موللى هانم حيات بنوته إمبارح  
ووزعت علينا «لبسة» أى قاتمة بالهدايا التى  
تشترىها حتى لا تتركها ديانا لها..  
ولأن سعر الذهب فى الطالع ما صدقنا  
نشرى ماتريده من «اللبسة» وأقل حاجة  
شخصية بـ ٣٠٠ جنيه طبعه لأنها سينيه  
وبنت موللى هانم أقصد خفيتها لن تقبل  
بأقل من شخصية سينيه مستوردة من  
انجلترا أو فرائس وإذا بحثنا عنها سنجدنا  
أيضا مصعة فى الصين..  
وهنا هيت الدكتوراة زكية ومعها حورية  
وعليا وفوزية ليقولن فى نفس واحد..  
أتوانى وأكملت مؤدبة:  
الآن فى أحدث إحصائية قراتها فى  
الجراديل تقول أن ٣٥ مليار جنيه يتم صرفهم  
من جنوب المصريين سنويا على المجاملات ..  
وده لئه باستات! قال إيه لآنا شعب بسلامته  
وطبيعته مجامل:  
والمجاملات دى طبعه تشمل مناسبات اعياد  
العيد وحفلات السبوع والزفاف.. أى فى  
شراء الكافولة وتبادل الشخصية كل ده

## نوادير جامعية

يرويه: رفعت فياض  
ذهب ليعرض بحثه فى  
مؤتمر علمى فعرض محاولة  
سرقة علمية فاضحة من أحد  
عناصر مافيا المؤتمرات.

## مافيا المؤتمرات

E-mail: refaatayyad@yahoo.com

هذا ماحدث مع د. بكر ربيع  
.. الأستاذ بالجامعة الألمانية  
بالقاهرة عندما ذهب إلى  
الولايات المتحدة الأمريكية  
لحضور مؤتمر دولى للتكنولوجيا  
المتقدمة  
فى  
أغسطس  
عام  
١٩٩٦  
وكان  
مشاركاً فى  
هذا  
المؤتمر  
■ د. بكر ربيع

بمعلمين علميين أحدهما فى  
شكل "بوستر" يشاهده  
المشاركين بالمؤتمر والثانى  
بحث علمى " وفى اليوم المحدد  
لعرض البوستر فوجئ د. بكر  
بحضور كبير من المشاركين  
ولاحظ أن أحد الزائرين وكان  
أستاذاً كبيراً فى السن يسأله  
فى تفاصيل كثيرة عن مشكلة  
كان يواجهها هذا الأستاذ فى  
أحد تربيئات المحرك ليعض  
الطائرات التجارية المستخدمة  
حالياً وبدأ يسأله عن كيف  
تمكن من حلها باستخدام  
مايسمى بالابتعاات المستخدمة  
وأجابه د. بكر بسخاء من خلال  
مايعرضه بشكل ملخص فى  
البوستر. وفى اليوم التالى  
وقبل أن يلقى د. بكر بيته أمام  
أحد الطرقة التى قالها له د.  
فوجئ باستاد الأمس يتحدث  
قبله عن نفس الموضوع .. وبدأ  
يصف فى بيته المشكلة التى  
كان يواجهها فى المحرك وتمكن  
من حلها بطريقة معينة .. وشرح  
نفس الطريقة التى قالها له د.  
بكر بالأمر.. ومع أن هذا  
الأستاذ لم يقدم نتائج هذه  
الطريقة أو كيفية إثباتها كما  
هو موجود فى بحث د. بكر  
لكن الباحث المصرى احس  
بالنار والغليان فى دمه ونظر  
إليه نظرة احتقار فقتر بونه  
وأمرى الجنسية عندما شعر  
بما حدث فقال له : يادكتور  
بكر فى مثل هذه المؤتمرات  
العلمية يوجد "مافيا"  
مهمتها  
سرقة ونهب كل ماهو جديد  
وتنسيبها لها .. لذا يجب عليك  
الآن تضرع كل ماتحمله من جديد  
فى المؤتمرات العلمية وأترك  
لنفسك القليل أو فقط مفتاح  
الحلول.



«المجتزين» الشياطين بطلوا «بوسوسا» فى  
دماغهم بعدما لقت أن مفيش منهم فريدة ولا  
عابده..  
خلاصة الكلام.. انت عاوز تقول إيه؟ عاوز  
أقول لك «فيه» كلام محتاج «مراجعة» وبلاش  
يتقال.. «علاوه»..  
- قلت له تصدق.. انت كلامك صح.. بدليل  
أنت قاعد معايا لوحدا بفالك ساعة.. ومفيش أى  
حاجة حصلت لك.. ها.. ها.. ها.

لى صديق.. مالوش فى الدين.. بس غاوى  
«فيلسوف».. الأمور الدينية.. قال لى: عاوز  
أناقشك فى موضوع.. ولانى «فاهم دماغه» قلت  
له ياأقول لك ايه.. أطلع من نافوخى انت اصلك  
«يستهل».. وينك فى الكلام وأنا مش مستعد  
أتحمل «وزر».. قال لى: يا عم «بالهداوة» أنا فيه  
موضوع مجربى.. وسألت كام واحد فيه «بس»  
ماوصلوش معايا «لنتيجة» قلت انت بقى اللى  
فاضل- قول «بافالغ».. شوف يا سيدى دلوقت  
أنا لانا.. ما اجتمع أو ماأختلى» رجل وامرأة  
إلا وكان ثالثهما الشيطان.. «مظبوط».. ولو  
الكلام ده مش منطقى.. وخصوصا اليومين  
دول.. زمان كان «يمشى» أيام ما كان الرجالة فى  
الصحراء لو شافوا «معزة» سارحه لوحدها..  
كانوا يجبروا وراها.. طوابير.. إنما اليومين  
دول .. ماينفشن.. ولا يبقى المخروص على كل  
«راجل» مرته ركبت «تاكسى» لوحدها.. انه  
يطلقها لإنها كانت فى «خلوة» مع السواق.. ولو  
واحدة موظفة شغاله فى مصلحة ومديرها  
طلبها لوحدها ماتروحش.. وتقول له عاوزه  
شهود.. ولو طبقت الكلام ده بحافيره.. حقيقى  
معظم الخلق مخالفة الشرع والدين.. كلام مش  
راكب.. بدليل أن الاتوبيسات.. اللى زحمة على  
الأخر واللى مفيشاش أى نوع من «الخلوة».. ما  
شاء الله الشياطين رابحة جاية فيها وانت سيد  
العارفين.. طب انت عارف بقى أن معظم  
الرجالة ما.. بتختلى مع زوجاتهم الشياطين  
مايبقاش تالتهن.. ومش بس كده ٩٠٪ من

## يا سارق من عيني النوم!!

بداء السرى.  
وأضاف بالقول: «تشير النتائج التى  
توصلنا إليها إلى أن انتظام ساعات النوم  
نحو سبع ساعات كل ليلة يحقق أفضل  
النتائج للصحة. أما الإقالات المستمرة من  
ساعات النوم قد يترك الباب مفتوحا أمام  
اعتلال الصحة».  
هذه الدراسة أصابتنى بحالة من التوتر  
والقلق بعد أن راح النوم من عيني وأصبحت  
مثل «الوطاوط» أعيش حياتى بالليل بعد أن  
أصبح النوم عزيزاً ولا يطق باب عيني إلا  
بعد أذان الفجر.. واكتشفت أننى لا أنام سوى  
خمس ساعات فقط كل أربعة وعشرين ساعة!!  
وكعادة كل المصريين بدأت فى تعاطي  
الأدوية المهدئة المبسطة لأخلو الى النوم  
وأتمتع بالسبع ساعات الضرورية.. ثم فشلت  
هذه الأدوية فقررت تعاطي أنواع أخرى أكثر  
فاعلية والمعروفة بالعقاقير المومة.. أسبوع  
والثانى والثالث وأصبحت تلك الحبوب بلا  
حدوى بعد أن اعتدت عليها.. ولم أجد سوى  
الذهاب للأطباء فى محاولة للبحث عن هذا  
النوم الهارب..  
قالت لى الطبيبة الدكتورة «ماجدة الراهب»  
وهي تبسّم: أن هذه الدراسة تخاطب على  
الشباب وصغار السن وربما تمتد حتى سن  
الخامسين ولكن بعد ذلك ومع تقدم العمر تقل  
ساعات النوم بل قد تصل الى خمس ساعات  
فقط وهذا طبيعى ولا خوف عليك من قلة  
النوم.. كما أن هناك عاملاً آخر كان له الأثر  
الأكبر على حالتك وهو اقترانك بكل ما يعان  
عنه فى مختلف وسائل الإعلام وعبر شبكة  
الانترنت.. أن الثقافة والعلم والاطلاع كلها  
أشياء جيدة ولكنها تزيد من حالات التوتر  
والقلق ولا تطبق كل الدراسات والأبحاث  
على نفسك حتى لا يسرق النوم من عينك..

سلوى عفيفى  
salwaafi@hotmail.com

شأنه شأن الوزن أو مقياس الحذاء الخاص  
بلكل منا لديه المقاس الذى يناسبه.. وإذا  
نمنا أكثر مما نحتاج أو أقل منه فسوف يكون  
لذلك نتائج على الصحة..  
يقول الباحث البروفيسور فرانسيسكو  
كابوتشيو «أصبحت قلة ساعات النوم  
واضطرابات النوم أكثر شيوعاً.. وصاحب  
المزيد من أعراض الإرهاق المزمن والشعور  
بالتعب خلال النهار أكثر مما كان الوضع  
قبل عقود مضت».. وتابع بالقول «النوم  
يضاى عملية يومية لاستعادة العافية  
العصبية والحرمان منه يترك تداعيات  
كبيرة»..  
كما أشار البروفيسور كابوتشيو الى  
وجود علاقة محتملة بين الافتقار الى النوم  
وزيادة الوزن وارتفاع ضغط الدم والإصابة

يقول الباحثون إن النوم أكثر من اللازم.. أو  
أقل منه يضاعف من مخاطر الإصابة بأمراض  
مميطة للقلق والأوعية الدموية فقد فحصت  
فرق طبية من جامعتى ووريك وجامعة  
كوليدج لندن البريطانيتين أنماط النوم لدى  
عشرة آلاف و٣٠٨٠ موظفين حكوميين  
وقارنوها بمعدلات الوفاة ووجد الباحثون  
تضاعفا لخطر المرض بين الذين قلصوا  
ساعات نومهم من سبع ساعات الى خمس فى  
الليلة مقارنة بالذين ألزموا بسبع ساعات كل  
ليلة.. وكذلك كانت الخطورة لمن زادوا ساعات  
النوم الى ثمانى ساعات على الأقل..  
كما أخذ الباحثون فى الحسبان عوامل  
أخرى من قبيل العمر والجنس والحالة  
الاجتماعية والدرجة الوظيفية والتدخين  
وممارسة النشاط البدنى من عمه والنوم



## مسابقات القراء

### ابتسم من فضلك!!

- عندما سئلت الكاتبة الإنجليزية «أجاثا كريستى» لماذا تزوجت  
واحدة من رجال الأثار؟ قالت: لأنى كلما كبرت ازددت قيمة عندها!!  
- سال أحد الطلاب الفيلسوف الأشهر «سقراط» عن الزواج فأجاب:  
طبعاً تزوج لأنك لو زوّجت بامرأة طيبة أصبحت سعيداً، ولو زوّجت  
بامرأة شقية ستصبح فيلسوفاً!!  
- أرسل برناردشو - الأديب الإيرلندى الشهير- ذات مرة لوستون  
تشرشل- رئيس وزراء بريطانيا إيان الحرب العالمية الثانية -  
بطاقتين لحضور العرض الأول لأحدى مسرحياته وأرفق معهما  
الملاحظة التالية: أخضر مع صديق، إن كان لديك..  
- فاعاد له تشرشل البطاقتين معتذراً بأن لديه ارتباطاً آخر وأرفق  
أيضا ملاحظة تقول: أرجو أن ترسل لى بطاقتين لليلة التالية..  
كانت هناك!!  
- حين استضافت قناة فرنسية مشهورة الملك الحسن الثانى،  
أعادت المذبة الحسن الثانى حين قالت له أن المغرب العربى مثل  
الطائر، معدته هى الجزائر وجسده موريانيا وعقبة تونس ورأسه  
ليبيا والمخالب ذيله!! فابتسم الحسن ببرود وقال: هذا الطائر هو  
الطاووس وأجل ما فيه ذيله!

- ذات مرة كان هناك اجتماع بين تشرشل والرئيس الأمريكى  
روزفلت.. وفجأة دخل روزفلت على تشرشل فى غرفته وكان متخففاً  
من ملابسه.. فأراد روزفلت الرجوع للوراء.. وهنا ناداه تشرشل فى  
غرفته وكان متخففاً من ملابسه.. فأراد روزفلت الرجوع للوراء.. وهنا  
ناداه تشرشل طالباً منه الدخول قائلاً له: ليس لدى بريطانيا ما  
تخفيه عن أصدقائك!!

مهندس هانى أحمد صيام



## البدل لنظام الزواج الجميلة

عالة على الدنيا ولا أحد يهتم  
بهم لأن كل واحد مشغول بمزاجه  
وأشباع شهواته وعغدي يقين أن  
ما يرفض الارتباط الشرعى  
وتكوين أسرة لا يعرف الحب  
الحقيقى ولا حتى الوهمى!! بل  
يريد أن يعيش لحظات متعة  
عابرة فهو يتجاهل الحال ويقبل  
على الحرام ولو كان هذا الإنسان  
«يحب بحق وحقيقى» لسارع  
الى الارتباط بنصفه الآخر  
وتكوين أسرة ليعيش معا فى  
«التيات والنبات» بالتعبير  
العالمى الشهير: «جاء على علاقة  
الزواج بالحب عغدى كلام كثير  
ومن فضلك انتظرنى حتى أفاك  
من جديد بإذن الله

محمد عبدالقدوس

الشعر والقصة والمعروف أنها  
ارتبطت فى السنوات الماضية  
بشباب رائع سات فى ظروف  
مأسوية بسبب الأهمال بأحد  
المستشفيات وكان من الطبيعى  
أن تنظر هى الأخرى الى الدنيا  
كلها بنظرة شك وريبة وترفض  
التقاليد والأنظمة التى تحكم  
الحياة -وبنت الوز عوام-  
بالتعبير الشعبى الشهير بعد  
تعبيله:  
وأقول لكل أعداء الزواج أن  
البدل له هو دعوة للبنات أن  
تمشى كل واحدة منهن على حل  
شعرها أما الشباب فلا حرج فى  
المغامرات العاطفية غير  
الإلزامية التى لا يحكمها ضابط  
ولا رابط وهكذا تسقط الأسرة  
الى الحضيض! ويصبح الأطفال

هناك مقولة شهيرة تقول: إذا  
دخل الزواج من الباب هرب  
الحب من الشباك أومن الباب  
الخلفى: وهذا الكلام أرفضه  
شدة وأراه دعوة للانحلال عبنى  
عبدك وفرتا تصريحا غريباً  
للكاتبة نوال السعداوى تقول فيه  
عن الزواج أنه نظام اجتماعى  
فأش:!!  
وأسأله: ليه يا ست هانم!!  
وما هو البديل لارتباط الشرعى؟  
ولا انتظر منها إجابة: لكننى  
أقول لحضرتك أن «حضرتها» لم  
تكن يوما من انصار الزواج:  
وحياتها الزوجية لم تكن موفقة  
وهذا من سوء حظها ولكن من  
حسن حظنا نحن.. ابنتها من تلك  
الزيجة الكاتبة منى حلمى  
صاحبة المواهب المتعددة فى

## عيشة نذل

يا عم اضرب جامد شوية بقى.. أبوه كده  
انيلو تحت الحزام.. أبوا هيعمل «سلام دانك»  
بنات مدوح فرج ولا إيه..  
أبوه هيعملها أهوه د.. هاللااه الواد جاب  
دم.. ده الحوار اللى كان بيحصل بين أخوى  
واحد صاحبه فى البلونة.. وفى الأول افكرتهم  
بنتفرجوا على مباراة مصارعة ولكن اكتشفت  
أنها خناقة فى الشارع وعليها هيمه أكثر من  
مباريات مصر وإن فى واحد يدخل يحوش أبداً..  
واكتشفت أن الظاهرة بقت عامة وأن شعبنا  
يفرح قوى بالخناقات زى الأطفال أو بمعنى  
أصح يفرح فى المصائب ولو مكنتش الخناقة  
تجيب ند تبقى خناقة نص كم.

ويتقسم متفرجو الخناقة الى ثلاثة اقسام  
الأول يسخر زى أخوى وصاحبة الخناقة يبشج  
طرف من الأطراف الثالث يتفرج وخلص وأنا  
بقى أقترح على وزير الإعلام أنه يسعى الى فتح  
قناة فضائية للخناقات ويسميا «جاء دم» وذلك  
لإذاعة خناقات الشوارع على الهواء مباشرة وأنا  
أضمن له نسبة مشاهدة كبيرة جداً وإعلانات  
للركب.. والخناقة دى برعاية شركة العربية  
للسلاح الأبيض ونعمل فى القناة مسلسل يومى  
اسمه «وينى لعور».

محمد جابر  
gaber soon@yahoo.com

### الأشهر الحرم

كانت العرب تعظم الأشهر الحرم  
وهي ثلاثة مثالية: «ذو القعدة - ذو  
الحجة والحرم»..  
وشهر واحد منفرد وحده وهو  
رجب ولذا يسمى رجب الفرد وكان  
من تعظيمهم لها أنهم يتوقفون فيها  
عن القتال ويتفرغون للحج وشؤونهم  
فى البيع والشراء وعقد العقود  
وأجراء الصلح.. وكان الرجل ربما  
لقى قاتل أبيه وأخيه فلا يتعرض له..  
فلما جاء الإسلام عظم هذه الأشهر  
ولكنه رّف منها موقفاً مخالفاً لموقف  
الجاهلية.

أحمد عبدالعليم سويلم  
شركة أنابيب البترول

### صباح الخير يا مصر

صباح الفل على عيونك  
يحميكى ربنا ويصونك  
وتاريخك حافظ علومك  
والرأه ارفضة اللى يخونك  
يا ضحكة حتى فى همومك  
يا بخت اللى يجى ويزورك  
يفرح بشمسك وينورك  
صباح الفل على عيونك

كلمات الصديق- السيد محمد فايد  
أخصائى بشركة اسكندرية للزيوت بكفر الزيات

### مداعبات عجورية

- بادرت وزارة الصحة - مشكورة- بتخفيض  
أسعار أدوية الضغط والسكر.. هل هذا احساس  
بما يعانيه محدود الدخل فى ظل الفقرة الهائلة  
لسعر الخطة فى الأرياف من ١٦ إلى ٥٠ جنيهات  
فيقاة:  
- فى دراسة أجريت بجامعة مينيسوتا الأمريكية  
ونشرت فى دورية العلوم النفسية.. أثبت

الباحثون أن المال مسكن للآلام.. الحمد لله أن  
الموظف لم يقرأ هذا الخبر..  
- أين الجهة التى تقوم بالاستطلاع تحديدًا؟ فقد  
قرأت بالصحف استطلاعاً يقول: ٦٠٪ من الأزواج  
يضررون زوجاتهم، ٤٠٪ من الزوجات يضررن  
أزواجهن.. وسؤال فى غير خباثة: كم نسبة  
الأسوياء إن؟

حمادة عجور

### دواء الحب!

الحب يلعب دورا هاما فى مقاومة الأمراض فمثلا فى حالة  
الشعور بالإطمئنان والإمان بفن هرمون «إيمورين».. وفى حالة  
الرغبة والحب الجارف والهيام وانفعالات الشوق واللبهة بفن  
هرمون «إيمفوامين».. والذى يخفى بعد الزواج حيث يفن هرمون  
أخر فى حالة الطمانينة والاستقرار وأثناء الراحة النفسية وهذ  
البال واعتدال المزاج يفن المخ مادة «الفاليسوم».. وهى مادة هيئة  
تؤدى إلى الاسترخاء والسكينة ونوال التوتر والعصبية والقلق كما  
يفن المخ مادة «الانتقالين».. الشهية بالأفيون والى تسكن الآلام كما  
يفن المخ والجهاز المناعى مواد تسمى «الانورفينات» وهى أفيونات  
ومطمنات طبيعية مسئولة عن الاحتفاظ بالسلوك والمزاج الطبيعى  
للإنسان وتعطى الإحساس بالأمان وتساعد على الحب وتقلل من  
الشعور بالألم والمفاجأة السعيدة.

مهندس زراعى صبرى محمد شيبه أبوشبل  
المنطقة الإحصائية الزراعية بطهطا

### ولادالابه

ولاد الإيه كانوا سابيتى على عمايا  
سرقوا المتحف لكن مفتاحه معايا  
انتوا مش عارفين ايه اللى كان  
بيحصل جوابا  
خارس نايم وقاعدة جنبه موظفة  
رغاية  
وموظفة تانية فى ايدها سكتية بتقمع  
بمباية  
وايش كاميرات مراقبة بس يا خسارة  
مرأيا  
مشوش أن نفسها مش اللى جوابا  
وسط الهوجة اجا واحد معاد كترابة  
هى الضربة وراحت الفان جوخابة  
أنا قربت يغنى عليا هاتوا لى دوايا

مهندس محمود خليل  
أبو قير - اسكندرية

### ذروة الحب البشرى

وسلم.. ككتائب الجيش تطمئنه وتبشره وتسرى  
عنه وتؤيده..  
ونقول له:  
أبشر فو الله له بخزيك الله أبدا أنك لتصل  
الرحم وتحمى الكل وتكسب المدموم وتعين على  
نوائب الدهر انى لأرجو أن تكون نبي هذه الأمة.

مختار محمد أبو النبايل  
شبين الكوم



## بكره وبعده



يفيلم:

وفاء الغزالى

## أنا والحب

الحب من أعظم نعم الله على عباده ولكن لا يستطيع إنسان مهما كان أن يعطى الحب والتضحية والتقرب إلى الآخر دون مقابل من الطرف الآخر.. فعندما نعيش قصة حب قصيرة أو طويلة وتنتهى بما لا نريده.. بذلك تكون قصة الحب لم تحقق كل أهدافها ولكننا لا نلوم أنفسنا كثيرا عندما نفشل فى الحب إذا كنا بذلنا كل جهد ممكن لإنقاذ هذا الحب من الفشل.. ولكننا عندما نفشل فى الزواج نلوم أنفسنا كثيرا ولا ننجو من تأنيب الضمير.. فالحب مشاعر مخبوءة لا نستطيع التحكم فيها أو تغييرها.. بعكس الزواج الذى يحمل فى طياته مقدمات تؤدى إلى نتائج تلمس آثارها فى صور مختلفة.. فالحب مخلوق مثل بقية المخلوقات فى الحياة.. له يوم يولد فيه ويوم يموت فيه أيضا.. وقد يقال إن الحب الحقيقى لا يموت أبدا.. بل يذبل فقط ويضعف ويفترس.. فالحب مخلوق رقيق يحتاج لعناية حتى يكبر وينضج ولكنه أبدا لا يشيخ ولكنه يموت بالإهمال واللامبالاة.. والاحتياج للحب ليس ضعفا بل هو منتهى القوة لأنك عندما تحتاج للحب وتعيشه لن تأخذ فقط ولكنك ستعطى أيضا كما أخذت إن لم يكن أكثر مما أخذت.. ولا يوجد أبدا تكافؤ تام بين شاب وفاتة فلماذا أن يبدو أحدهما متشوقا على الآخر من الناحية الظاهرية.. بمعنى أن يكون الشباب أكثر مالا أو أعلى ثقافة أو أعلى نسبا أو أكثر تمسكا بالدين مثلا فيكون الشاب هو الرابح ظاهريا فى هذه العلاقة ولكن كل هذه الأمور وكل هذه العناصر تتلاشى أو تنعدم فى دنيا الحب وحياة القلوب لأن عالم الحب الحقيقى شئ آخر.. وأخيرا أقول تعاملوا مع الحب بشجاعة مستمرة حتى يعيش وينمو ولا تخافوا وأقبلوا على دنيا الحب الرائعة لبلوغ السعادة المنشودة.

E.MAIL: GAZALI-WF@HOTMAIL.COM



■ مبروك .. دعاء ومروان

## مبروك.. دعاء ومروان

مروان بالحرس الجامعى ونجل اللواء احمد خميس مدير امن سوهاج على دعاء كريمة الدكتور هشام بلال. ألف مبروك لدعاء ومروان.

فى حفل بهيج أقيم بنادى الشرطة بالجزيرة وعلى أنغام الحب ألتف الإهل والأصدقاء وعدد كبير من ضباط الشرطة ليحتفلوا بزفاف النقيب



■ د. عادل عبد الشافى مع أسرة مسلسل ماما فى القسم وأعضاء النادى

## «ماما».. فى «الجزيرة»!



■ محمود يس وسميرة احمد

على شرف أسرة مسلسل «ماما فى القسم» أقام نادى روتارى الجزيرة برئاسة عادل عبد الشافى حفلا لتكريم نجوم وإبطال المسلسل.. وتخلله ندوة لمناقشة العمل والأفكار التى طرحها.. وحضر اللقاء الفنانة القديرة سميرة احمد والفنان الكبير محمود يس ورائيا فريد شوقي والمطرب احمد فهمى الذى ظهر بنىولوك جديد كان موضع إعجاب الحضور الذين طالبوه بالغناء لهم وبالفعل لم يخيب ظنهم وقدم باقة من أغانيه الجميلة وقد تم تكريم النجوم ومنحهم درج النادى.. حضر الاحتفالية من أعضاء الروتارى ميرفت حويديق والدكتورة سعاد العارف وشريفة سرور وفاطمة أبو حطب وحسين عبد العال والدكتورة سعاد فريكة وإنجي حشمت والكاتبة الصحفية منى نجب وسماء الجارحي ونجلاء الدسوقي ومحمد عبد الشافى وغيرهم من أعضاء وضيوف النادى.



■ د. عواطف سراج الدين وأسرة المسلسل يقطعون تورتته الاحتفال

## بفعل فاعل.. فى «الليونز»!



■ د. عواطف سراج الدين ومنى سراج

حلالة وليملى حلمى.. والتف الجميع حول تورتة تحمل اسم المسلسل والتقطوا الصور التذكارية.



■ مجدى فكرى وياسر جلال

الحضور فكان من بينهم المستشار محمود رشيدان وأنور أسعد وتهانى زاهر وغادة السراج وسمية شوقي

استضاف نادى ليونز الدكتور عواطف سراج الدين أسرة مسلسل «بفعل فاعل» وذلك فى إطار المُنْتدى الفنى والثقافى للنادى ووسط حضور لفيف من أعضاء وعضوات أندية الليونز المختلفة.. ودار حوار مفتوح حول عدد من القضايا التى تناولها المسلسل ومن بينها قضية أبناء الوطن المغتربين فى الخارج وما يواجههم من مشاكل نتيجة الاندماج فى مجتمعات أخرى.

وحرصت رئيسة النادى على تكريم أبطال المسلسل ومن بينهم تيسير فهمى وغسان مطر وياسر جلال ومجدى فكرى ومحمود طوبار ووحيد السنباطى.. أما



■ العروسان يتوسطان والدة العروس هالة الشربيني وشقيقتها نور وجدتها نوال الشامى وعم العريس د. سمير الملا .. وخالتها هادية الشربيني وكريمتها سارة

## أفراح الإبراشى والملا

فى واحدة من أجمل حفلات الزفاف تم الاحتفال بزفاف الدكتورة «مريم» كريمة الدكتور حسام الإبراشى طبيب العلاج الطبيعى لمنتخب مصر لكرة القدم وحرمة السيدة هالة الشربيني الى المحاسن مصطفى الملا.. الحفل أقيم بقاعة الأوركيد بدار الدقاع الجوى.. غلف الحفل بجو من السعادة الذى أضفى مزيدا من الحميمية والرومانسية على القاعة التى زينت جانبيها بالورد الأبيض.. وبدأ الحفل بزفة الشعدان وعقب جلوس العروسين فى الكوشة توالى فقرات الحفل التى شارك فى إحيائها نخبة من نجوم الاستعراض والغناء وفى مقدمتهم الفنانة الاستعراضية دينا التى قدمت فاصلا من التابلوهات الراقصة التى حازت على إعجاب الحضور كما قدم الفنان هشام عباس مجموعة من أجمل أغانيه.. وحرص عدد كبير من نجوم المجتمع والشخصيات العامة على تقديم التهنئة للعروسين وأسرتهما.. وكانت فى استقبالهم جدة العروس السيدة نوال الشامى والكاتبة الصحفية هادية الشربيني مدير تحرير مجلة آخر ساعة وخالة العروس.. وكان من بين المهنيين الدكتور سمير الملا استاذ جراحة المخ والأعصاب وعم العريس وكان من بين الحاضرين عدد

كبير من أقطاب الرياضة وعلى رأسهم سمير زاهر رئيس اتحاد كرة القدم والكابتن حسن شحاتة المدير الفنى لمنتخب مصر ومن رجال الصحافة والأعلام مجدى الجلال وفتحي سند وعمرو خفاجى ومعتز الدمرداش وأحمد المسلمانى والدكتور ياسر ايوب ومحمود بكر وفريدة الشوباشى والفنانة التشكيلية شاليمار شربتلى.. ووسط دعوات الجميع بحياة هانئة وسعيدة طار العروسان الى شرم الشيخ لقضاء شهر العسل.

■ العروسان وفرحة العمر



■ طلعت زكريا وغناء خاص لأبنته أميمة فى عيد ميلادها

## غنوة.. لطلعت زكريا

أصرت «أميمة» كريمة الفنان الكوميدي طلعت زكريا على أن يكون والدها هو نجم حفل عيد ميلادها ولم تستعن بنجوم الغناء حيث كلفته بأن يحيى هو كل الفقرات.. ولم يخيب ظننها حيث غنى طلعت مجموعة من الأغاني الخاصة بهذه المناسبة كما شكل دويتو غنائى

مع زوجته.. وعلى أنغام موسيقى الذى جى طلعت زكريا على أن يكون والدها هو نجم حفل عيد ميلادها ولم تستعن بنجوم الغناء حيث كلفته بأن يحيى هو كل الفقرات.. ولم يخيب ظننها حيث غنى طلعت مجموعة من الأغاني الخاصة بهذه المناسبة كما شكل دويتو غنائى

## ورشة.. لتعليم الرسم

افتتح الفنان التشكيلي عادل ثابت مدير جاليري شاديكور الدورة الجديدة لتعليم الرسم للكبار بالألوان الزيتية بمقر الجاليري.. ويقول الفنان عادل ثابت إن الدورة تستمر لمدة ثلاثة شهور بتلقى الدارس أثناءها المبادئ الأساسية للرسم بالألوان المختلفة.. وقد تخرج فى الدورات السابقة العديد من الفنانين والفنانات الذين أصبحوا يقيمون معارض مشتركة وفردية فى قاعات وزارة الثقافة والقاعات الخاصة.



■ عادل ثابت

## لمسة جمال



■ سحر الشاعر وعلا منصور وزميرين السركى

مختار وسحر ابو النيل ورائيا عبد الصفتى وهدى الشهاوى وسحر الوهاب وبتول الألفى وفريال الشاعر وعلا منصور.

حول أحدث الطرق فى مجال التجميل استضاف نادى إينترويل قصر النيل برئاسة زميرين السركى الدكتور فتحى خضير استاذ جراحة التجميل بكلية طب القاهرة الذى تحدث عن المميزات والمشاكل الخاصة بعمليات التجميل وأحدث ما توصل اليه العلم فى هذا المجال.. كما قدم مجموعة من الإرشادات والنصائح الخاصة بالعناية بالبشرة والحفاظ على الجمال باستخدام المواد الطبيعية.. حضر اللقاء عدد كبير من عضوات الإيفرويل ومن بينهن سامية أبو الفتوح وماهى شنت ونينا الشاهد وجينا ريمون وليملى



## مشوار حياتى

مشوار حياته ونشأته ورحلته مع الروتارى شهد الندوة لفيف من الشخصيات العامة ورجال الأعمال وعلى رأسهم اللواء منير ثابت رئيس المنطقة الروتارية السابق وسكرتير المنظمة فريد فخرى ورجل الأعمال سميح ساويرس.

فى جو روتارى تم عقد ندوة بروتارى الشروق تحت رئاسة عادل علام وبحضور رؤساء ٨ نوادى هى حورس والجزيرة والكرك والفسطاط والقطامية والعاشر والتحرير وكابرو رويال وتحدث رئيس كل ناد عن مناخ الاستثمار وعن









تقدمها :

نوال مصطفى

الـنفس من الإحساس بالخدعة، وليس هناك ما هو أقسى من شعور الإنسان بأن طبيعته وحسن نيته هما نقطتا ضعفه، وأن هناك من يستغلهما بخدث وسوء نية؛ لن أقول لك أنك أخطأت، فأنت لم تخطئي بل كنت تتعاملين مع هذا الشاب بتلقائية وطبيعية وصدق، ولكن -لأسف - الحياة تعلمنا أنه لا يجب أن نكون هكذا مع كل الناس، ولا طول الوقت. لذلك أرجو أن تخرجي من هذه التجربة الاليمة بعدة دروس أهمها أنه لا ينبغي أن نفتح باب حياتنا الخاصة، وأسرارنا الشخصية لأى إنسان مهما كانت علاقتنا به.. هناك الاصدقاء الحميمون الذين فزنا بهم فى رحلة العمر، هؤلاء فقط هم الذين يمكن أن نكون معهم على سجيئتنا وطبيعيتنا أما أن نفتح باب قلوبنا لغريب دون أن نتأكد من صدق نواياه فهذا أكبر خطأ -غير مقصود- والآن..وبعد أن اتضحَت الأمور، واكتشفت سوء أخلاق هذا الشاب وموت ضميره، أتمنى أن تدوسى على أى مشاعر طليبة تحمليتها، لا بسبب بسيط هو أنه لا يستحقها.

درس آخر أتمنى أن تتوقفي عنده، وهو أن تحذرى من هؤلاء الذين يستغلون سماحك وطيبة قلبك ويقومون بإبتزاز وقتك، ومشارك بتحميمك هموما وأعباء أنت فى غنى عنها هناك أشخاص يتفنونون من سرقة أوقانتنا ومشاعرنا الإيجابية فيصدروا لنا

حبه، ووطأت قدمى شباب غرامه، واعتدت الاستماع الى كلامه المعسول، الحزين والرومانسى فى الوقت ذاته.

فهل هو زمن الكذب؟ أرجوك أخبريني ولبيني.. هل افكر بالانتقام منه؟ كيف اتخلص من ذكره السيئة؟

الكاتبة: أقدر تماماً مشاعرك المصدومة، وقلبك المجرّوح. فليس هناك أصعب على

كلمات.. أجمل ما فى الحياة هى تلك المعركة المستمرة على امتداد العمرين ارادة الانسان..ومضاجات القدر..!

فوجدت أن كل ما قاله كان كذباً فعلاً.. وهنا كانت صدمتى الكبرى، لأننى بالفعل شعرت بكونى ضحية جديدة. اسماً جديداً يضاف إلى دفتر فرائسه، فانا بالفعل بدات أقع فى

## نقطة ذروة

طعام.. صلاة.. حب

كتاب أثار ضجة للكاتبة الأمريكية إليزابيث جابريت، وتحول إلى فيلم يحمل نفس العنوان للممثلة الأشيرة عندى وعند الملايين: جوليا روبرتس. الفيلم المأخوذ عن الكتاب الشهير يجسد رحلة بحث شاقّة تخوضها البطلة بحثاً عن التوازن النفسى والانسانى بعد صدمتين عاطفيتين متتاليتين كانت متزوجة وطلقت، ثم عاشت بعدها قصة حب فاشلة ونتيجة لبهاتين الصدمتين العنيفتين اهتزت بشدة من الداخل، وفقدت التوازن والسلام الداخلى. وخاضت بطلة القصة رحلتها بحثاً عن هذا السلام.. سافرت إلى روما حيث التقعة والطبيعة والتاريخ ثم إلى الهند حيث اليوجا والتأمل، والرياضات الروحية التى تعيد إلى النفس هدوئها.. وانتهت فى اندونيسيا.

فى النهاية لم تجد السلام الا فى الحب الحقيقى ورغم محاولاتها للهروب من تجربة حب جديدة وخوفها من تكرار الألم والقتل.. الا انها فى النهاية تتأكد من أن الحب الحقيقى هو مفتاح السلام الذى تبحث عنه مع النفس..!

نوال

مشاعرهم السلبية، ويسحبون بهجة الحياة من أيامنا.

تجنبى هذه النوعية من البشر، فالإنسان الذى يحبك فعلاً يحاول أن يحجب عنك الألم، وربما يجهد نفسه فى أن يخفى أحزانه عن بحبهم فعلاً حتى لا يتسبب لهم فى أى نوع من الألم. أعود إلى صدمتك فى هذا الإنسان وأقول.. تماسكى.. اقتربى من الله، وأطلبى الهدوء والسلام والسكينة. ستمر المحنة النفسية وسوف يقل الألم بمرور الوقت.. المهم أن تعلم من الدرس القاسى، ولا تترك مشاعرنا عرضة للسلب أو الإعتداء..!

# أمهات.. وبنات

قلوب تحت العشرة

ربما ينصلح الحال وتبدل الأمور، لكن لا أحد حلًا جزئياً لمأساتى.. أسفة على الإطالة وانتظر ذلك..!

يانسة من الحياة

الكاتبة: ملائتنى رسالتك بالحزن والألم لماذا يفعل بعض الأهالى تلك الجرائم بأولادهم وبناتهم؟! إنهم قلذات أكبادهم كائنات تحس وتشتعر، ويدمر نفسياتها وحجائتها تلك المعاملة الخشنة، الخالية من الحب. فمن هى الأم التى تطاوعها قلبها على أن تدعى على ابنتها الصغيرة، وتسبها ليلاً ونهاراً أمام أخوتها؟! إنها تهدر كبريائها، وتدمر شخصيتها، وتغضب فى أن تتحول هذه الفتاة الصغيرة إلى كائن هش، لا يبقى فى نفسه، إنسانة مهزوزة قابلة للكسر..!

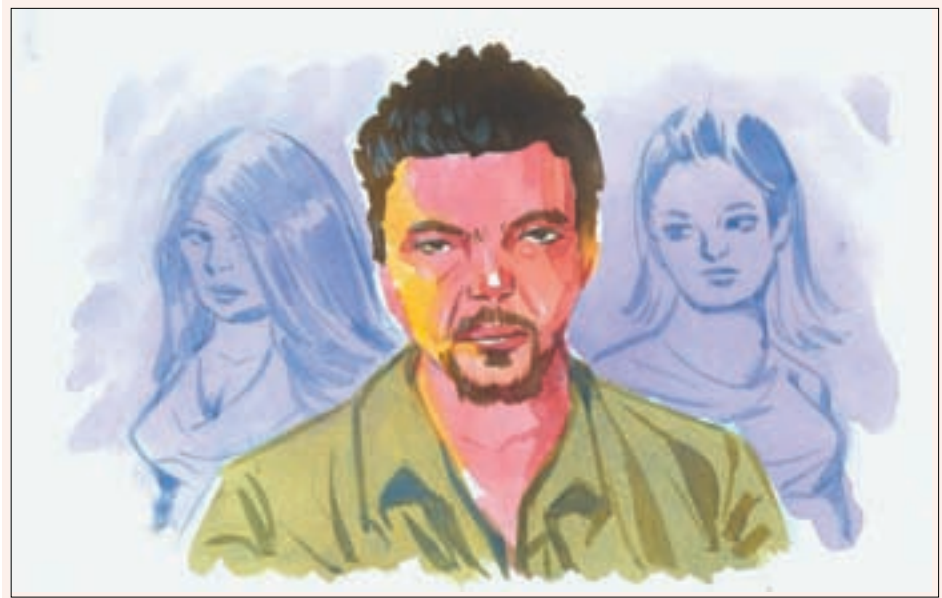
يا أبها الأمهات والآباء افبقوا قبل فوات الأوان، افبقوا قبل أن تدمروا أولادكم عن جهل أو لا مبالاة! الانجاب مسؤولية كبرى ومن لا يستطيع تحملها عليه أن يتوقف عن الانجاب فالابوة والأمومة ليست الإغالة والرعاية بمعنى إطعام وكسوة ومسكن وتعليم الابوة والأمومة تتجاوز هذا المعنى الضيق بكثير فالآباء والأمهات العاجزين عن منح الحب والدفء الحقيقى لابنائهم.. والذين لا يملكون القدرة على احتوائهم، واستيعاب الأهم، هؤلاء ليس من المعدل أن ينجبوا بشرًا للعذاب والشقاء.. فكل راع مسئول عن رعيته..!

ابنتى.. تقربى من الله.. واستعينى به على تجاوز محنتك.. حاولى أن تصنعى عالمك بالقراءة.. الاستماع الى الموسيقى وممارسة أى هواية تحبينها وإذا استطعت أن تحاورى امك يوماً وتبوحى لها بهمك وتعبك فلا تتردى، فربما يهديها الله إلى الحق عندما تشعر بالأم ضناها وعذابها..!

توترت علاقتى بأمى التى من المفترض أن تكون صديقتى دائماً تسببنى وتدعى على صباحا ومساء، أما إخوتى الشباب فهم سبب آخر لتعاستى، فهم متحكمون ومتسلطون إلى أبعد الحدود، قريبا.

كرهت نفسى وكرهت حياتى، فكرت فى الانتحار كل الأبواب مغلقة أمامى ولا يمنعنى سوى العار الذى سيعود على وعلى أسرتى إذا هربت، وعذاب الآخرة إذا انتحرت. أدعو الله طيلة الوقت أن أخرج من بيتى وأودع أعضاء أسرتى ولو لفترة مؤقتة

والانطوائية، حبست نفسى فى غرفتى، ليست غرفتى وحدى لكنها مشتركة مع أختين لى، الحياة مهما أهون من الحياة مع والدى، الذين أصبحا لا يعرفان عنى شيئاً تقريباً، ولا يريدان أن يعرفا، كل ما يهمهما أننى أعيش فى سوقعتى الضيقة، فى البيت أو حتى فى حجرتى الصغيرة. بديهي انهما يعتقدان اننى أريد الإبتعاد عنهما وعن الحديث إليهما فى البيت، ما جعلهما يعتبرانى «البنات المنبوذة المخمردة، التى تعيش فى حجرتها ولا تبادل أحداً فى البيت حديثاً، وكلما شعرا بذلك زاد تضيق خناقهما على، وازدبت أنا مبالاً للحزن والانطوائية.. حلقات مفرغة من سوء المعاملة وسوء الفهم لا تنتهى إلا لشئ واحد: ضغوط أخرى إضافية توضع على كاهلى الصغير.



# الحبيبة الأولى

وتطالبك بالوفاء والإخلاص لحبها القديم، وتستنكر تفكير فى غيرها؛ غريب أمر النساء أحياناً.. والرجال أيضاً.. البشر عموماً عندما يتأكدون من حب الآخر إلى درجة العشق، يتملكهم الزهو، ثم الزهد فى هذا الحب الضمنون.. وعندما تحين لحظة التحول، والبلبث عن مسار آخر من قبل الحبيب المهزوم، ينفض الطرف المزهو بنفسه، ويحاول استعادة الحبيب.

والآن.. بعد أن فسخت خطوبتك، تفكر فى العودة الى الحبيبة التى ملكت قلبك ولا تزال، والمتك ولا تزال! كل ما استطيع قبله هو: حذار من العودة إليها بنفس التلقائية القديمة حاول أن تعيش الحب بقلبك وتحبيه بعقلك. فأحب جنوح وأحياناً جنون.. كالفرس المنطلق يحتاج إلى لجام.. والعقل هو ذلك اللجام الذى ينظم ويرشد خطواتنا مع الحبيب.

لا تدع نفسك لها تماماً كما كنت فى السابق. وحاول أن تقود قلبك بعقلك حتى لا تفقد سيطرتك على نفسك وحياتك. وهذا يمكن التدريب عليه بمزيد من الصبر والتأمل والهدوء. ففكر بعقلك لتصل الى السعادة التى تبحثيها.

مجاريتها. هل أعود إليها.. وانسى ما حدث منها من قبل؟.. خاصة اننى مازلت احبها.. حتى عندما خطبت فتاة أخرى كنت دائم التفكير فيها.. أرجوك اجيبينى بسرعة.

المحب

الكاتبة: قصتك يا عزيزى مليئة بالشجن والألم. فانت تبحث عن الحب الحقيقى وتريد أن تعيش نفسك بصدق دون زيف أو تصنع. هذا يظهر بوضوح فى سطور رسالتك. فقد احببت بصدق وإخلاص تلك الفتاة، واستمرت قصة حبكما لأربع سنوات. ثم جاء الانقلاب فى مشاعرها ليزلزلك من الداخل، ويفتح باب العذاب على مصراعيه فى حياتك.

تماسكت، واستجمعت ذاك المبعثرة، وامضيت فترة النقاهة «فترة ما بعد الصدمة» لمدة عام كامل حتى التأمت جراحك، أو هكذا ظننت. ورحت تبحث عن فتاة مناسبة تكمل معها حياتك وتشارك احلامك وطموحاتك .. وعندما وجدتها وبدات الخطوة الأولى نحو الارتباط الرسمى، ظهرت الحبيبة لتلقب حياتك للمرة الثانية.

عشت عذابا لا استطيع وصفه نتيجة لتغير مشاعرها تجاهى.. الى ان جاء اليوم الذى صارحتنى فيه بانها اكتشفت حقيقة مشاعرها تجاهى.. وهى لا تزيد عن مشاعر الاخوة والصداقة ولا ترقى الى ان تكون علاقة حب ومستقبل ومصير مشترك.

مرت بصدمة بعدها.. لكننى حاولت تجاوزها وقررت أن اتناسك ولا انكسر، والحمد لله تصادف تكليفى بعمل اضافى فى الشركة شغلتنى وملاً فراغى بالكامل، وكان هذا خير دواء لجرحى، وأفضل سند لى ساعدنى حتى أعبر تلك الفترة العصبية.

بعد حوالى سنة التقيت بفتاة وشعرت نحوها بالارتياح، وبإدلتنى هى نفس المشاعر ربما بصورة أوضح، واتفقنا على ان اتقدم لأهلها، فطارت من الفرحة وتحدد بالفعل موعد الخطبة.. وبدأنا الاستعداد للزفاف.. وإذا بحبيبتى الأولى تظهر من جديد وتلومنى لأننى اتخذت تلك الخطوة.. وتفاجئنى بانها ذهلت عندما علمت بذلك. وتسر الأحداث وتقع بعض الخلافات بينى وبين اهل خطيبتى ويتم فسخ الخطبة.. وأعود من جديد الى التفكير فى حبيبتى الأولى التى اصبتت ككثر من الاتصال بى املا فى عودة المياه الى

## أود للدرعة

س..ع: ليس معنى أنك أصبحت مستقلاً مادياً.. أن تعيش بمفردك فى الحياة.. فأنت جزء من الكل.. ولن تستطيع أن تدخر نفسك من أسرتك وأصدقائك مهما حدث.

س: ه: العزم س: ه: لا تضغط على ابنك فى الزواج من ابنة عمه التى لا يحبها لأنك سوف تكون نادماً كثيراً عندما تصبح حياته معذبة من زواج فاشل.. أرجوك راجع نفسك قبل قوات الأوان.

س: ه: ما فعلته لا يعد سوى حل مؤقت يشبه تأثير الحبوب المسكنة للألام التى تعالج المرض وإنما فقط تخفى آثاره المؤلمة.. حلّى مشاكلك من جذورها وبدع من أنصاف الحلول التى لا تسمن ولا تغنى من جوع.. اعتقد أنك تهينينى الآن.

س: ه: لقد وقعت فى شباك وهمية.. فّق تماماً أنها تحبك لإل مركزك الاجتماعى والمادى، اعتقد ان لديك أكثر من دليل لأتبات ذلك.. إذا كنت حريصا على نفسك ومشارك أقطع علاقتك بها وأنس كل شئ عنها.

بين العقل والقلب

احتررت.. إليهما أختار؟ وضعتنى الظروف فى اختبار عصيب، وفى مازق لا أستطيع الخروج منه، وهذا ما حدث لى.

احببت فتاة وعشت بكل مشاعرى وإخلاصى - طوال أربع سنوات - لهذا الحب الوليد.. وفجأة شعرت بتغير شديد منها تجاهى.. انقلب الاهتمام الى اهمال، واللهفة الى فتور.. والرغبة فى اللقاء الى تهرب بأية مبررات.



## على مزاجي



بقلم:

## سعيد إسماعيل

ينتابني أحيانا شعور، لا أجد وصفا دقيقا له، عندما أتلفت حولي فلا أجد زملاء زاملتهم وزاملوني زمنا، وأصدقاء صادقهم وصادقوني عمرا.. منهم من ابتعد عني، أو ابتعدت عنه دون مبرر.. ومنهم من أسمع، أو أقرأ، أخبارا عنه ولا أراه.. ومنهم من اختاره الموت !!

منذ أيام تذكرت الحارة التي ولدت فيها.. أكثر من نصف قرن مضى على انتقال أسرتي منها، ولم يخطر على بالي مجرد التفكير في رؤيتها.. لكن ما بال هذا الاحساس الغريب بالحنين إليها ينتابني؟

كان الاحساس غريبا بالفعل، لكنه استبدى فذهبت.. ها هي اذن الحارة التي اختلط عرقى بترابها.. وما هو البيت الذي ولدت فيه.. أصبح ثلاثة طوابق وفقد الكثير من رونقه القديم.. وما هو دكان عم توفيق الذي كنت اشتري منه الحلوى.. وما هو بيت بنت الجيران التي علمت عيناها قلبي كيف يخفق..

أين هي الآن ياترى؟ وأين الكاين محمود بطل كمال الأجسام، الذي كان يجوب الحارة مزهوا بعضلاته، ويستولى على أفئدة فتياتها، وأعجاب فتيانها؟

الناس أصبحوا غير الناس.. وشكل البيوت اختلف.. والحارة نفسها ضاقت.. والصبية يتصاحبون ويتشاجرون.. كل شيء تغير.. أنا أيضا تغيرت.. شعرت بالغربة المشوبة باحساس مبهم!!

غريبة فعلا الدنيا.. وأغرب منها الإنسان.. ذلك المخلوق الغريب العجيب الذي لا يريد أن يعترف بأنه ضيف جاء إلى الدنيا ليهذب عنها، ويصور أنه خالد فيها!!

## آخر لثة

مرة واحد  
بلديتنا لقي  
خاتم سليمان  
جسه  
يدعكه  
فقص  
العفريت.



ياسر قدامش

## نعم.. يا روح عمو!!

لا أدري كيف أوقعتنى هذه الصغيرة في حبها.. فأصبحت كالسمكة لا أشعر بلذة الحياة إلا في ميهاء عينيه أراقب سكانها وحركاتها وكلماتها أتابعها من خلف ستائر البلكونة وهي تمارس طقوسها اليومية البسيطة أشاور لها كالمراهقين لألفت نظرها فلا تشعر بوجودي وإن شعرت لا تهتم كيف أصل إليها لا أعرف اسمها ولا رقم موبايها ولا أعرف أحدا من أصدقائها الذين أراهم معها.. أشعر أنني عملاق ومارد بالنسبة لها ورغم هذا تستحوذ على أفكاري ومشاعري ذات يوم رأيتهما مع أمها في سوبر ماركت فطبت قلبا على جبينها وأهديتها قرطاسا من جيلاني، كوني، ضحكت عيونها فابتسمت لي الحياة وقالت أمها: «متشكرين يا أستاذ لكن ما تعودهاش على كده.. أتعلمون من هي؟ إنها طفلة لا يزيد عمرها على ٥ سنوات أهلها بسطاء والدها غلبان على باب الله يعمل بواب أولا أدري كيف أنجب هذه الطفلة الرقيقة كالملوك؟

ومن أين أتت بكل هذا الجمال والبسالة والدلال؟ أصبحنا أصدقاء لتأديني «يا عمو، فأقول «نعم يا روح عمو، علمت ان اسمها ياسمين فقلت بل أنت «ليلى العامرية، وغنيت مثل «قيس، باغنية عبد الوهاب: «جنت ليلى من الما والمها منك لم تغر، تعجبت ولم تفهم فقلت: «لم تنزل ليلى بعيني طفلية.. لم تزد عن أمس إلا إصبعاً.. ابتسمت ولم تعلم ان ابتسامتها الطفولية هي العلاج الوحيد لنفسى من الهموم والاكتئاب فجأة اختفت ليلى قصدي ياسمين من المنطقة كانت صدمتي شديدة أسودت الدنيا حولي كنت أبكي على الأطلال كالشعراء القدماء بحثت عنها علمت أنها تسكن بالقرب من جبل المقطم فناجيت الجبل بشعر أحمد شوقي مع شئ من التصرف: «جبل الأحباب حياك الحيا.. وسقى الله صباحها ورعى.. وساعة ما التقيت بها في موضع عنوانها الجديد قلت: «قد يهون العمر الا ساعة.. وتهون الأرض إلا موضعا..

## لوحة سيارة بـ ١٠ ملايين درهم!!

اعلنت شرطة ابو ظبي ان لوحة سيارة تحمل رقما مميزا بيعت في مزاد بـ ١٠ ملايين درهم.

فقد حققت لوحة تحمل الرقم ٤ اعلى سعر بالمزاد الذي اقيم على لوحات مميزة اذ بيعت بمبلغ ١٠ ملايين و ١٥٠ ألف درهم. وحققت اللوحة التي تحمل الرقم ٤٤ مبلغ ثلاثة ملايين درهم وبيع الرقم ٩٠ بمليون درهم.. وكان الرقم ٥ ابو ظبي بيع بمبلغ ٢٥ مليون درهم عام ٢٠٠٧.

## جبروت سائق..!

فرضت الشرطة الكندية غرامة على سائق سيارة شاب كان يقرأ كتابا وهو يقود على أكثر طرقات كندا السريعة احتفاظا جنوب غرب تورونتو حيث رصدت الشرطة السيارة التي كانت تسير خارج مسلكها في وسط الطريق فيما كان السائق ينظر الى اسفل ووجهت الى السائق تهمة القيادة بطريقة خطيرة .

## عظماء لكن ظرفاء

■ قطاع الطرق يسالونك عن كيس نقودك او حياكلت لكن النساء يطالن الاثني.  
■ «الكاتب البريطاني صمويل بتلر»  
■ الزواج ربيع المرأة وخريف الرجل  
■ «الكاتبة الأمريكية هيليه نونال»  
■ الاحسان ان تساعد من تنق بانهم لن يساعوك ابدا.  
■ «العالم الألماني أنست هيجيل»

بالذات.

ليه؟

اصباح بالليل سواق ماشي بالعربية فقال للتباع الطريق اللي على يميني «بيلمع» الظاهر انه جديد.

وبعدين؟

دخل على الطريق الى بيلمع ما طلعش هو والعربية: ليه؟

طلعت «ترعة»!!

● بعدما زادت أسعار الطماطم قلت ارفع معنويات مراتي وباريتيني ما عملت!

إيه اللي حصل؟

قلت لها خدوك طماطم يا روي.

عادي.. ما هي حاجه تفرحها!

أصلها قالت لي خدودي طماطم من أم كام؟ قلت لها من أم ه جننيه طبعاً يا حياتي، راحت قالبية الأكل في الزبالة!

ليه بس؟

أصل أم ه جننيه الطماطم السليمة، والمفعصة به ه جننيه!!

■ من أمثال الألفية الجديدة..

القرش الابيض ينفع زرار بالظو!

أدى العيش لخبازه وخليله يفرده.



## بيري ويراند يزعجان الحيوانات!!

يواجه الممثل راسل براند وزوجته المغنية كاتي بييري احتمال نخلهما إلى السجن لإزعاجهما الحيوانات في الهند.

بعد ان قدم محام هندي أوراقا ضدّهما بشأن زواجهما مؤخرا في محمية للشمور!!.. وبهذا يكونان قد انتهكا القانون المحلي والعقوبة قد تصل إلى سبع سنوات للشمور بولاية راجاستان في الهند.



ترويها: نعمات الهادي

## ٣ كلاب تقتل صاحبها

## بعد ان انقذها من الموت!!

بعد ان انقذها من الموت لمهاجمتها الناس.. نهشت ثلاثة كلاب مالكة حتى الموت.. بلدة ليوبليانا. وقبل أربعة أعوام هاجمت الكلاب الثلاثة وهم من فصيلة البولماستف احد المارة خارج منزل مالكةها.. وقضت الكلاب سنوات رهن الاحتجاز.. لكن عندما هاجم احدها حارسا للكلاب.. امرت السلطات باعدامها. وتمكن مالكةا من استعادة كلابه دعا حزب معارض وزير الزراعة للاستقالة من منصبه.. بسبب فشله في الحيلولة دون اطلاق سراح الكلاب التي قتلت مالكةا في حديثه.



## تقاليع

قدم مصمم الأزياء الكوري بي ران جي مجموعة رائعة وغريبة من الأزياء في أسبوع الموضة بعاصمة كوريا الجنوبية سول. ومن بين هذه التصميمات رداء يشبه القميص الرجالي بدون بنطلون اسفله وهو يناسب فترات الصيف.

## حظك اليوم

٢١ فبراير - ٢٠ مارس تقن بنفسك وتشترق بجانبه شديدة تمارس سحرا وتستقطب التأييد تشع بشخصية لفتة	٢١ يناير - ٢٠ فبراير يوم جيد لتوضيح الأمور وللمساومة تكون المفاوضات ناجحة كما أوتت	٢١ مارس - ٢٠ أبريل ان مغنوياتك في أوجها اليوم والعلاقات العاطفية الحساسة قبل الإقدام على أي قرار	٢١ أبريل - ٢٠ مايو تجنب الاستثمارات وراجع كل الحسابات قبل الإقدام على أي قرار
٢١ يونيو - ٢٠ يوليو احذر الممثلين والسياسيين والمخادعين	٢١ مايو - ٢٠ يونيو قد تواجه انشغافا عاجليا يحتاج إلى تسوية سريعة	٢١ يوليو - ٢٠ أغسطس تستفيد من الحظ وتلتقط الفرص وتسجل النجاح	٢١ أغسطس - ٢٠ سبتمبر تتبع التاثيرات المعاكسة تقدمك وتقف حائلا دون بلوغ الأهداف
٢١ أكتوبر - ٢٠ نوفمبر لا تتراجع امام الضغوط بالتنظيم الجيد والادارة الحسنة تنجح في استعادة موقع المين	٢١ سبتمبر - ٢٠ أكتوبر ابتعد عن الاستفسارات الشخصية والعائلية واحذر سوء التفاهم	٢١ نوفمبر - ٢٠ ديسمبر تتغلب على بعض المضايقات قد تتغير اهدافك المهنية	٢١ ديسمبر - ٢٠ يناير تتبع متقلب المزاج ومونитор اعصابك وتعالى من تراجم غفوى او صدى حزن الوضى
٢١ يناير - ٢٠ فبراير تتبع متقلب المزاج ومونитор اعصابك وتعالى من تراجم غفوى او صدى حزن الوضى	٢١ فبراير - ٢٠ مارس تتبع متقلب المزاج ومونитор اعصابك وتعالى من تراجم غفوى او صدى حزن الوضى	٢١ مارس - ٢٠ أبريل تتبع متقلب المزاج ومونитор اعصابك وتعالى من تراجم غفوى او صدى حزن الوضى	٢١ أبريل - ٢٠ مايو تتبع متقلب المزاج ومونитор اعصابك وتعالى من تراجم غفوى او صدى حزن الوضى

## طرقعة

لا أشك في صدق ذلك المسئول الأثري الذي سالوه ذات مرة كيف تم تهريب ٥٦٦٤ قطعة أثرية الى متحف اللوفر بباريس؟ فقال: في كراتين طبعاً! تعجبني خفة ظل بائع اسطوانات البوتاجاز، الذي أراد ان يبرهن على استيعابه لروح العصر، فكتب على باب مخزن الأنابيب (يوجد اسطوانات «مدمجة»!)

رغم ان الخلع في أحوال كثيرة رحمة بالمرأة التي تريد الخلاص حتى بالخسارة، إلا انه في أحوال أخرى عبث وهراء وقلة أدب عندما تكون أسبابه تأفها و«عبيطة» مثل الزوجة التي تطلب الخلع لأنها اكتشفت ان فتحة مناخير زوجها أوسع من الثانية أو لأنه يشخر أثناء النوم أو لأنه يفرط

العلم في كل زمن له قيمة وضمن اتحاد الدروس الخصوصية ما يسمح دمتك الا إيدك. تجار البصل. كل عين قصادها حاجب.



يكتبه:

محمد حلمي

E-mail: halemo\_9@yahoo.com

## خبر عاجل

في إطار الجهود المبذولة لحل أزمة المرور، قررت الإدارة العامة للمرور عقد مؤتمر حاشد لخبراء المرور في البلد تحت شعار «مشوار الآلف ميل يبدأ بلجنة»!



وليلى نهار» لست ام كلثوم.

● مشهد سريع.. شحات دخل على الدكتور وقال له: شيل الحسنة دى من مناخيري.. الدكتور شال الحسنة وحطها في إيد الشحات!!

● لازم الحكومة تركز جامد على كشف اختباز المخدرات لسواقين النقل

في تدليل الكلبة اللولو لدرجة أنها تشك في نسبها (نسب الكلبة!!).. وفي ظل هذه الأسباب الثقافية لا أستبعد ان تطلب إحداهن الخلع من باب الكبرياء حتى يطلق عليها «خالعة» وليست مطلقة!!

● المذبةعة للخفير: تحب تسمع ايه؟

الخفير: «نهارى ليل